

**PENGARUH AROMATERAPI JAHE (*Zingiber officinale*) TERHADAP MUAL MUNTAH PASIEN KANKER PASCA KEMOTERAPI**

**Yauwan Tobing Lukiyono<sup>1</sup>, Ersalina Nidianti<sup>2</sup>, Salfa Salsabilah Zain<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Prodi DIV Analis Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama, Surabaya

---

**ABSTRACT**

*Chemotherapy is a medical procedure used to stop the growth of cancer cells. Chemotherapy involves injecting or ingesting chemicals. Cytotoxic chemotherapy cause unpleasant side effects like nausea and vomiting. Non-pharmacological therapies, such as combination therapy with ginger aromatherapy and progressive muscle relaxation, can be used to treat nausea and vomiting. By lowering or stopping nausea and vomiting, ginger aromatherapy can be comforting. This study used the literature method by analyzing various sources from previous research which are then used as reference material for making this article. The results obtained were that the ginger aromatherapy inhibits serotonin receptors, which prevents serotonin released and contractions of the stomach muscles, hence reducing nausea and vomiting. The conclusion obtained is that ginger aromatherapy has been proven to have a calming effect and make a person relax. The compounds present in ginger such as zingiber and zingiberol have anti-emetic effects which can prevent nausea and vomiting.*

**Keywords :** Ginger aromatherapy, Chemotherapy, Nausea, Vomiting, Cancer

**ABSTRAK**

Kemoterapi adalah prosedur medis yang digunakan untuk menghentikan pertumbuhan sel kanker. Kemoterapi melibatkan menyuntikkan atau menelan bahan kimia. Obat kemoterapi sitotoksik dapat menyebabkan efek samping yang tidak menyenangkan seperti mual dan muntah. Terapi nonfarmakologi seperti terapi kombinasi dengan aromaterapi jahe dan relaksasi otot progresif dapat digunakan untuk mengatasi mual dan muntah. Dengan menurunkan atau menghentikan mual dan muntah, aromaterapi jahe bisa menenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap mual muntah pada pasien kanker pasca kemoterapi. Penelitian ini menggunakan metode literatur dengan mencari berbagai sumber dari peneliti-peneliti sebelumnya yang kemudian dijadikan bahan acuan untuk membuat artikel ini. Hasil yang didapatkan yaitu efek dari aromaterapi jahe adalah menghambat reseptor serotonin agar serotonin tidak berhasil di produksi dan tidak terjadi kontraksi pada otot-otot pada perut sehingga mampu mengurangi kondisi mual dan muntah. Kesimpulan yang didapatkan yaitu aromaterapi jahe sudah terbukti dapat memberikan efek menenangkan dan membuat seseorang relaksasi. Kandungan senyawa yang ada didalam jahe seperti zingiber dan zingiberol memiliki efek anti emetik yang dapat mengurangi terjadinya mual dan muntah.

**Kata Kunci :** Aromaterapi, Kemoterapi, Mual, Muntah, Kanker

**Corresponding author:** Yauwan Tobing Lukiyono, Prodi DIV Analis Kesehatan, Fakultas Kesehatan. Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. **E-mail:** tobing@unusa.ac.id. No. HP 085755309474

## PENDAHULUAN

Kanker adalah suatu kondisi yang ditandai dengan proliferasi sel abnormal yang dapat berkembang dan menjadi tidak terkendali. Dengan memberikan manajemen dan pengobatan yang memadai, kondisi pasien kanker dapat ditingkatkan. Kanker dapat diobati dengan beberapa cara, seperti pembedahan, terapi radiasi, dan kemoterapi [1]. Kemoterapi adalah suatu bentuk pengobatan yang menggunakan bahan kimia untuk memperlambat pertumbuhan dan penyebaran sel kanker dan akhirnya menghancurkannya [2].

Dengan prevalensi antara 54% dan 96%, muntah dan mual adalah efek samping yang parah sehingga menjadi kekhawatiran utama bagi pasien kanker yang menerima kemoterapi. Mual dan muntah adalah efek samping yang paling banyak dialami oleh penderita kanker yang melakukan kemoterapi [3]. Efek kemoterapi yang paling tidak menyenangkan dan menjengkelkan biasanya digambarkan sebagai mual dan muntah. Lebih dari 60% orang yang melakukan kemoterapi menyatakan muntah dan mual sebagai efek samping [4].

Memberikan aromaterapi melalui metode inhalasi yang dikatakan paling menguntungkan dan mempunyai banyak manfaat yaitu dengan memanfaatkan *inhaler stick* yang nyaman digunakan, terjangkau, aman, mudah digunakan, dan *portable* [5]. Menurut Potts, mekanisme fisiologis dimana fungsi aromaterapi adalah untuk melepaskan neurotransmitter seperti enkefalin dan endorfin, yang memiliki efek analgesik dan meningkatkan sensasi kenyamanan dan relaksasi [6]. Dua saluran membawa aroma aromatik yang digunakan dalam aromaterapi. Jalur kedua berjalan dari korteks penciuman ke talamus dan kemudian ke neokorteks, sedangkan jalur pertama berjalan melalui sistem limbik ke hipotalamus dan hipofisis. Aromaterapi jahe merupakan salah satu jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual dan muntah pada pasien

kanker yang menjalani kemoterapi (*Zingiber officinale*). Dengan kadar minyak atsiri jahe berkisar antara 1,5 sampai 3,0%, jahe merupakan salah satu rempah yang mengandung minyak atsiri [7]. Standar kualitas minyak atsiri jahe di pasaran dipastikan mengikuti standar EOA (*Essential Oil Association*).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literatur dengan mencari berbagai sumber yang berhubungan dengan jahe dari peneliti-peneliti sebelumnya yang kemudian dijadikan sebagai acuan pembuatan artikel pengaruh aromaterapi dari ekstrak jahe sebagai upaya mengurangi rasa muntah dan mual setelah melakukan kemoterapi pada pasien kanker.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Aromaterapi dengan ekstrak jahe dapat memberikan dampak yang menenangkan dan menyejukkan bagi tubuh kita. Jahe mengandung zat seperti zingiber dan zingiberol yang memiliki sifat antiemetik dan membantu menghentikan mual dan muntah pasca melakukan kemoterapi. Jahe memiliki kemampuan untuk menghambat serotonin, hormon yang membuat perut berkontraksi dan menyebabkan mual. Enzim protease dan lipase yang terdapat pada jahe berfungsi untuk menurunkan asam lambung dan menghindari rasa tidak nyaman pada saluran cerna [2].

Jahe bekerja untuk mengurangi rasa muntah dan mual dengan merelaksasikan dan mengendurkan otot-otot di saluran gastrointestinal. Skor kedua peserta studi kasus untuk mual dan muntah menurun secara signifikan. Meskipun intervensi tersebut mungkin tidak memiliki hasil yang langsung atau cepat, jika dilakukan secara teratur dan konsisten, kemungkinan besar akan memberikan efek yang jauh positif dalam mengurangi muntah dan mual pada penderita yang melakukan kemoterapi. Menurut artikel Rostinah dkk [8], peserta mengalami penurunan

muntah dan mual sebesar 76,6% sesudah menerima intervensi tiga kali sehari selama dua hari.

Tabel 1. Artikel Penelitian

No	Nama Penulis	Tahun	Judul
1	Manurung dkk.	2018	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jahe terhadap Penurunan Mual dan Muntah pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2017

Menurut penelitian oleh Evans et al. (2018), 67% pasien kemoterapi yang menggunakan aromaterapi untuk menurunkan skor mual dan muntah mereka melaporkan peningkatan kondisi mereka. Cara kerja intervensi melawan mual muntah ini diawali dengan obat kemoterapi itu sendiri yang menyebabkan pelepasan neurotransmitter salah satunya adalah serotonin yang menyebabkan kejang perut yang berujung pada mual dan muntah. Prosedur ini dilakukan bersamaan dengan penerapan intervensi, yang melibatkan kontak langsung molekul uap dari minyak esensial dengan reseptor penciuman yang ditemukan di rongga hidung dan hubungan langsungnya dengan saraf penciuman. Aromaterapi jahe memiliki efek memblokir reseptor serotonin, mencegah serotonin.

## KESIMPULAN

Pemberian aromaterapi jahe pada kedua subjek penelitian selama tiga kali pertemuan berhasil menurunkan skor MAT mereka. Dengan aplikasi aromaterapi ekstrak jahe, tingkat mual dan muntah menurun. Temuan dari studi kasus ini diantisipasi untuk mengarah pada strategi alternatif non-

farmakologi yang dijadikan pengelolaan penderita kanker yang mengalami mual dan muntah saat menerima kemoterapi. Peneliti masa depan ingin mempertimbangkan untuk menilai tingkat mual dan muntah dua atau tiga jam setelah intervensi.

Tenaga kesehatan khususnya perawat di ruang kemoterapi dapat memanfaatkan terapi ekstrak jahe untuk mendorong pasien mempertimbangkan terapi nonfarmakologis dan bagi institusi untuk menambah banyak referensi bahan herbal sebagai alternatif penatalaksanaan mual muntah pada pasien kanker.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para peneliti yang telah meluangkan waktu untuk meneliti tentang pengaruh aromaterapi jahe terhadap orang yang telah menjalani kemoterapi. Terima kasih pula penulis ucapkan kepada seluruh pihak yang berkontribusi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Adhistry K, Rizona F, Hudiyati M. Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan Ginger and Citrus Aroma Therapy for Servical Cancer Patients Post Chemotherapy. 2021;6:53–8.
2. Chan, A., Kim, H., Hsieh R.K., Yu, S., Lopes, G.L., Su, W. dkk. (2015). Incidence and predictors of anticipatory nausea and vomiting in Asia Pacific clinical practice—a longitudinal analysis. *Supportive Care in Cancer*, 23(1), 283– 291.
3. Dewi, S. M., Meri, N., & Emil, H. (2021). Penurunan Rerata Kejadian Mual Muntah Melalui Pemberian Aromaterapi Jahe pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Ilmiah Permas*.
4. Enikwati, A. (2015). Pengaruh Aromaterapi Jahe Terhadap Mual Dan Muntah Akibat Kemoterapi Pada Penderita Kanker Payudara Di Rs Pku Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal*

Kebidanan, 7(2), 115.

5. Friska, D. (2015). Pengaruh Aromaterapi Jahe Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Pasien Paska Kemoterapi di RS Telogorejo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*.
6. Kemenkes RI. (2019b). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018].
7. Masruroh, S., & Wulan, A. J. (2016). Khasiat Jahe (*Zingiber officinale*) Sebagai Anti Mual dan Muntah pada Wanita Hamil. *Medical Journal of Lampung University [MAJORITY]*, 5, 107–111.
8. Rostinah, M., & Utami, A. T. (2018). Pengaruh pemberian aromatherapi jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di rumah sakit umum imelda pekerja indonesia medan tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 4(1), 373–382.
9. Wiryani, O., Herniyatun, & Kusumastuti. (2019). Efektivitas Aromaterapi Jahe Terhadap Keluhan Mual dan Muntah Pada Pasien CA Serviks dengan Kemoterapi di RSUD Prof Dr Margono Soekarjo Purwokerto. *Proceeding ofThe URECOL*, 139–148.